

Intervención psicológica clínico-deportiva en karateca élite durante la crisis de COVID-19. Informe de caso
Clinical-sports psychological intervention in elite karate fighter during the COVID-19 crisis. Case report
Leonardo Eliecer Tarqui-Silva¹

¹Psic. Clin. Mst. Investigador Colaborador en el Área de Psicología Deportiva para el Alto Rendimiento del Comité Olímpico Ecuatoriano (COE). Cuenca. Ecuador. leonardosicdeporte@yahoo.es

Fecha de recepción: 25 de mayo de 2021

Fecha de aceptación: 3 de julio de 2021

RESUMEN

En el presente estudio de caso, la participante fue una adolescente de sexo femenino, con una edad de 15 años, perteneciente al Proyecto “Jóvenes Promesas” que auspicia el Comité Olímpico Ecuatoriano (COE). La investigación refleja la importancia de la intervención psicológica clínico-deportiva, en etapas iniciales de la vida de un competidor con proyecciones al alto rendimiento; evidencia la falta de preparación mental que existe a nivel de las estructuras formativas y en edades maduras en atletas ecuatorianos, para lo cual se apoyó en métodos y técnicas de investigación tales como los test proyectivos, House, Tree, SEAPSI, Pensamientos Automáticos entre otros.

Palabras clave: Intervención psicológica clínico-deportiva; Karate; COVID-19; Informe de caso

ABSTRACT

In the present case study, the participant was a 15-year-old female adolescent belonging to the “Young Promises” Project sponsored by the Ecuadorian Olympic Committee (COE). The research reflects the importance of clinical-sports psychological intervention, in the initial stages of a competitor's life with high performance projections; evidence of the lack of mental preparation that exists at the level of formative structures and at mature ages in Ecuadorian athletes, for which it relied on research methods and techniques such as projective tests, House, Tree, SEAPSI, Automatic Thoughts, among others.

Keywords: Clinical-sports psychological intervention; Karate; COVID-19; Case report

INTRODUCCIÓN

Respecto a la carga mental y habilidades psicológicas en atletas de alto rendimiento, Martínez & Pérez (2018) dentro de su estudio abordan la pertinencia de incluir la psicología en el entorno deportivo para lograr un entrenamiento íntegro, en el que se consideren los elementos personales del deportista, su entorno y así forjar un ambiente óptimo para el buen desarrollo personal, emocional y evidentemente competitivo.

El karate requiere de una serie de habilidades técnico-tácticas, donde la filosofía del dojo en la que se prepare el atleta, definirá su perspectiva conceptual de este deporte, se menciona, además, que la guía que brinde el entrenador será crucial; se incluye a la familia y al entorno, como elementos que influyen al competidor, tal como lo expresa Ennis, Montero & Estrada (2020), en su estudio sobre la formación deportiva en karatecas.

El estudio realizado sobre ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateur y novatos, planteado por Vaca-García et al. (2017), pone de manifiesto la importancia del control del nivel de activación al momento de tomar decisiones de manera inteligente en situaciones competitivas, factores como la autoconfianza, el control de pensamientos negativos, e inclusive el asumir riesgos físicos, requiere el regular las cogniciones, destacando el factor mental como elemento crucial, antes, durante y después de la competencia.

Por otro lado, se destaca la presencia del psicólogo deportivo en varios campos de actuación como el deporte de alto rendimiento, la intervención con directivos, padres de familia, en general, dependiendo de las necesidades específicas de la población a ser abordadas, tal como lo manifiesta García-Naveira & Cantón (2020).

González-Hernández & González-Reyes (2017), en su estudio en deportes de combate resaltan el carácter individual de estos atletas, la importancia de las interacciones constantes con el oponente y el factor de relación al desarrollo deportivo en base a los resultados del enfrentamiento, siendo disciplinas con

características no solo técnicas, tácticas o de condición física, sino también con una fuerte carga psicológica.

Dentro de este contexto se menciona la importancia de los estudios y evaluaciones de la personalidad y a que estos ayudan a complementar los métodos habituales de selección y detección de deportistas, identificar determinadas características del atleta que tienen relación con un mayor rendimiento deportivo y la posibilidad de alcanzar resultados élitos, así lo demuestran en su estudio López-Gullón, Martínez-Abellán & García-Pallarés (2017).

Por otra parte, Vesković, Koropanovski, Dopsaj & Jovanović (2019) en su programa de habilidades mentales aplicado en karatecas élite, demuestran el efecto positivo del mismo en la optimización de la ansiedad y de los niveles de autoconfianza de los atletas intervenidos.

A su vez, Gómez, Peña y Rosales (2019) en su investigación en karatecas en formación a nivel táctico, resaltan el papel fundamental del sistema nervioso central, el cual recibe los estímulos que pueden ser de origen interno, o externo del organismo, para organizar la información y dar la respuesta adecuada.

En base a estos antecedentes teóricos, el presente estudio de caso se centra en una atleta de la disciplina de kárate con una edad de 15 años, medallista panamericana en la categoría, la intervención abarcó tres fases; una etapa de evaluación clínico-familiar, una fase de psicodiagnóstico deportivo y una planificación de entrenamiento mental. La investigación refleja la importancia de la intervención psicológica clínico-deportiva, en etapas iniciales de la vida de un competidor con proyecciones al alto rendimiento.

MÉTODOS

La presente investigación corresponde a un estudio de caso, para el cumplimiento del mismo se siguieron todos los parámetros éticos para este tipo de abordaje psicológico. Al tratarse de una menor de edad, se cumplió con la firma del consentimiento informado por parte de sus padres y de la deportista.

El procedimiento para la presente investigación y la selección de deportistas de alto rendimiento de Ecuador, fue a través de la presentación de un proyecto

escrito y aprobado por el Departamento Técnico Metodológico del Comité Olímpico Ecuatoriano (COE) y Área de Presidencia, al cual se denominó: “Programa de Intervención en Psicodiagnóstico Deportivo, Entrenamiento Mental, Seguimiento y Valoración de la Participación Psicológica con Atletas de Alto Rendimiento de Ecuador Rumbo a Juegos Olímpicos Tokio 2020”.

Tal programa tuvo una duración, entre la presentación del proyecto, análisis, aprobación y culminación, que abarcó los meses de agosto del año 2020 a febrero del 2021. La atleta fue incluida dentro del Programa “Jóvenes promesas” que auspicia el Comité Olímpico Ecuatoriano (COE), debido a su interés y capacidades, se realizó un programa individualizado con un cumplimiento del cien por ciento de la planificación inicial.

La intervención psicológica realizada en esta deportista abarcó tres etapas. Durante la primera fase de aplicación de la anamnesis y pruebas de carácter clínico, se mencionan como principales fuentes de información los test proyectivos.

Los principales test aplicados en este periodo fueron: House, Tree, Person (HTP), Persona Bajo la Lluvia, Test de la Familia, SEAPSI, Pensamientos Automáticos y Test de Salamanca, los cuales proporcionaron valiosos datos sobre los rasgos de personalidad de la competidora, la situación familiar y del entorno, que, por circunstancias éticas, no serán abordados en este artículo.

A nivel de la evaluación diagnóstica deportiva, que corresponde a la segunda etapa, se utilizaron los test: POMS (Profile of Mood States), Ways of Coping Check List, Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI-2), Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), Competitive State Anxiety Inventory -2 (CSAI-2), Test de Toulouse Pierón y la Escala de Motivación Deportiva, los cuales permitieron la valoración del estado de ánimo de la deportista objeto de estudio.

En la fase de preparación mental, que abarca el tercer periodo de intervención, se aplicó el Training Mental propuesto por el Comité Olímpico de Estados Unidos, siendo la deportista evaluada antes de cada temática abordada en el grado de manejo de cada estrategia psicológica; esto a través de una escala Likert de 0 a 2

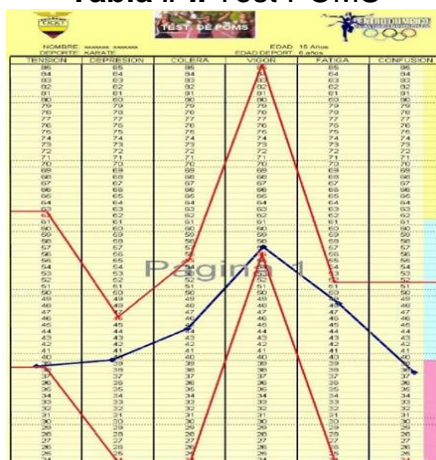
y sobre 20 puntos, los cuales indican de manera subjetiva el nivel de dominio de cada una de las estrategias planteadas en el manual de preparación mencionado. El orden secuencial en el programa de entrenamiento mental consistió en el trazo de metas, manejo en técnicas de visualización, así como el control de la respiración, del autodiálogo, el manejo de los niveles de activación y control de focos atencionales.

RESULTADOS

Por la amplitud del trabajo psicológico realizado en el presente manuscrito, se incluirán únicamente dos test, a manera de ejemplo de intervención psicodiagnóstica deportiva, los mimos que fueron de trascendencia por su utilidad, resultados, e historia investigativa en atletas de alto rendimiento, dentro de la bibliografía investigativa y a nivel práctico.

El Test POMS (McNair, Lorr y Dropleman), que es una prueba que contiene 6 escalas: hostilidad, confusión, depresión, fatiga, tensión y vigor. Los resultados del test presentan un equilibrio emocional en la deportista de kárate, los valores obtenidos se encuentran dentro de los parámetros aceptables de acuerdo a los baremos, e inclusive de edades adultas (indicador color azul), pues la atleta tiene 15 años. (Tabla número I). El segundo test que se incluye como ejemplo de evaluación psicológica deportiva se incluye la Escala de Motivación Deportiva (SMS/SMD) de Pelletier, et al. (Tabla número II).

Tabla # I. Test POMS



Fuente: elaboración propia.

Tabla # II. Escala de Motivación



Interpretación: motivación intrínseca, la motivación interior es baja en la deportista, es confirmado durante el análisis de datos, expresa que su situación anímica surge a raíz de una lesión que acarrea durante las últimas semanas. No existe un nivel elevado de motivación para alcanzar éxitos deportivos, siente que es necesario competir y destaca la importancia de “topar”, o realizar combates en los deportes de contacto.

Interpretación: motivación extrínseca, de manera general los niveles motivacionales externos son bajos, la deportista identifica que le ha afectado la lesión en la rodilla y la falta de competencias durante los últimos meses. Confirma un declive en los niveles motivacionales.

En base al psicodiagnóstico clínico-deportivo y fase de entrenamiento mental realizado con la deportista adolescente de kárate, se menciona de manera concreta los siguientes resultados:

Primero, es más factible la intervención psicológica a edades tempranas, logrando la obtención de un equilibrio emocional y el manejo de habilidades mentales. Es importante el abordaje clínico, debido a los factores familiares, culturales, sociales y del entorno que rodea al deportista con perspectivas al alto rendimiento.

Segundo, el psicodiagnóstico deportivo y la evaluación clínica, son necesarias para conocer el mundo interior del deportista, sus proyecciones, mecanismos de defensa, principales relaciones afectivas, acercamiento a su desarrollo evolutivo (personal y deportivo) y constituyen un mecanismo de retroalimentación, dentro de los programas psicológicos deportivos. En este aspecto se manifiesta que al realizar sesiones virtuales por situaciones de aislamiento por la crisis de la COVID-19, se perdieron elementos de vínculos afectivos y pedagógicos en la intervención psicológica. Destacando la importancia en el área psicológica del contacto personal entre deportista y psicólogo.

Tercero, los programas de entrenamiento mental ayudan a mejorar las destrezas psíquicas de los deportistas que atraviesan esta planificación, la cual se ve reflejada en sus aspectos motivacionales y de equilibrio emocional, los mismos que son aplicables a la competición y en situaciones de la vida diaria.

Cuarto, en Ecuador, no se incluye la planificación psicológica dentro de los programas de entrenamiento; siendo complejo un verdadero trabajo transdisciplinario a nivel del grupo juvenil con perspectivas a la élite competitiva.

Finalmente se destaca la eficacia de la combinación de la intervención clínico-deportiva, por la complejidad y multiplicidad de factores que afectan a una persona, en este caso, el deportista de élite.

DISCUSIÓN

Esta investigación refleja la importancia de la intervención psicológica clínico-deportiva, en etapas iniciales de la vida de un competidor con proyecciones al alto rendimiento, específicamente en el karate a partir de la situación actual provocada por la COVID-19.

Para desarrollarla, se consultaron diversas fuentes bibliográficas las cuales constituyen el sustento teórico de la investigación entre las que resaltan Martínez & Pérez (2018) quienes destacan la conveniencia de la inclusión de la psicología en el ambiente deportivo con la finalidad de coadyuvar a un entrenamiento íntegro, donde se tengan en cuenta los elementos personales del deportista entre otras cuestiones para construir un ambiente inmejorable para su buen desarrollo en todos los sentidos.

Por otra parte, se coincide con Ennis, Montero & Estrada (2020) en cuanto al papel que juegan el entrenador, la familia y el entorno que rodean al atleta para una buena preparación que se refleje en los resultados que alcance en las diferentes competencias.

Se asumen de Vaca-García et al. (2017) los factores que influyen en el atleta a la hora de tomar de decisiones inteligentes durante las competencias, destacando al factor mental como elemento fundamental para regular las cogniciones.

A su vez, García-Naveira & Cantón (2020) resalta la importancia del psicólogo deportivo para el deporte de alto rendimiento, así como la imbricación de directivos y familiares durante la intervención para la consecución de una buena preparación mental.

Por otra parte, se coincide con González-Hernández & González-Reyes (2017) en cuanto al carácter individual de los atletas en los deportes de combate, así como

que estos deportes no solo se caracterizan por la técnica y la táctica, sino también por una gran carga psicológica.

En este sentido, López-Gullón, Martínez-Abellán & García-Pallarés (2017) resaltan la importancia de estudiar y evaluar la personalidad como complemento a los métodos habituales para la selección de atletas, así como las características que propician un rendimiento deportivo superior de igual forma los resultados alcanzados.

Se coincide con Vesković, Koropanovski, Dopsaj & Jovanović (2019) en cuanto al efecto que causa la intervención psicológica en los karatecas de alto rendimiento para optimizar la ansiedad y los niveles de autoconfianza. En este sentido, se coincide además con Gómez, Peña y Rosales (2019) en relación al papel del sistema nervioso central en la organización de la información recibida y responder adecuadamente a esta.

Cabe resaltar que los criterios anteriores favorecieron los resultados obtenidos con la aplicación de la intervención psicológica clínico-deportiva en la atleta objeto de estudio para su preparación mental atendiendo a la crisis mundial provocada por la COVID-19.

A partir del análisis de los resultados alcanzados en la investigación, se puede concluir que la intervención psicológica clínico-deportiva constituye una herramienta fundamental para lograr una buena preparación mental que influya en los resultados deportivos alcanzados por los karatecas ecuatorianos a partir del trabajo mancomunado de psicólogos, directivos y familiares en los Juegos Olímpicos Tokio 2020.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ennis, M., Montero, J. & Estrada, R. (2020). La Identidad Deportiva como Factor Determinante en la Formación de los Karatecas. *Didasc@lia: Didáctica y Educación*. 11(3), pp. 228-245. Recuperado a partir de <http://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/1002>
- García-Naveira, A., Cantón, E. (2020). Perfil profesional del psicólogo/a del deporte experto/a en esports. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el*

- Ejercicio Físico* 5(2). Recuperado a partir de <https://doi.org/10.5093/rpadef2020a9>.
- López-Gullón, J., Martínez-Abellán, A., & García-Pallarés, J. (2017). Optimismo versus pesimismo precompetitivo en los deportes de combate olímpicos. Diferencias de género, ranking y campeones. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 17(2), 67-72. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/301901>
- Martínez, J. & Pérez, J. (2018). Psicología en deporte universitario: estudio de carga mental y habilidades psicológicas en deporte de alto rendimiento. *Traspasando Fronteras*. (11), pp. 173-175. Recuperado a partir de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6499207>
- Vaca-García, M., Romo, S., Quiñonez, O., Feriz-Otaño, L & Ángel, T. (2017). Ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateur y novatos. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*. 36(2), pp.1-9. Recuperado a partir de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200006
- Gómez, I., Peña, M. e Rosales, A. (2019). Consideraciones teóricas acerca de la táctica en el kumite del karate do categoría escolar. *RAC: Revista Angolana de Ciências*. 1(2), pp. 366-386. Recuperado a partir de <http://publicacoes.scientia.co.ao/ojs2/index.php/rac/article/view/30>
- Vesković, A., Koropanovski, N., Dopsaj, M. & Jovanović, S. (2019). Efectos de un Programa de Entrenamiento de Habilidad Psicológica Sobre los Niveles de Ansiedad en Atletas de Karate de Élite. *Rev Bras Med Esporte* [online]. 2019, Vol.25, n.5, pp.418-422. Recuperado a partir de <https://doi.org/10.1590/1517-869220192505173969>.